
2018
حزيران
توزّع مجاناً
7
بيتك
مجلة إسلامية منزليّة منوّعة
من إنتاج
خير أمة
" شقائق الرجال "

2018

حزيران

مجلّة

بيتك 7

الفهــــرس :

نتمنى لكم

أحبَّتنا مطالعة طيبة ..

خير أمّة



يعالج هذا القسم بعض المشاكل الزوجية الواقعية بالإضافة إلى بعض الإرشادات والأفكار للمنزل بشكل عام



الرفق في البيوت

يقول صلى اللَّه عليه وسلم
((إذا أراد اللَّه عز وجل بأهل بيت
خيراً أدخل عليهم **الرفق**))
إسناد جيد .

عندما ندخل إلى بيت النبي صلى اللَّه عليه وسلم ، ونرى طريقة معاملته مع زوجاته وأسرته نجد هناك ثقافة أساسية في حياته ومحوراً أساسياً في حياته وهي ثقافة الرفق .. فقد وردت أحاديث كثيرة في فضل الرفق منها :

ما رواه الإمامان البخاري ومسلم ((إن اللَّه رفيق يحب الرفق في الأمر كله)).

ما رواه الإمام مسلم ((إن اللَّه رفيق يحب الرفق ويعطي على الرفق ما لا يعطي على العنف)) .

ما رواه الإمام مسلم ((إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه ولا ينزع من شيء إلا شانه .))

قال البخاري (الرفق هو لين الجانب بالقول والفعل) وهو ضد العنف .

ومن الملاحظ أيها الكرام أن أغلب أحاديث الرفق ترويها السيدة عائشة وفي هذا إشارة إلى إشاعة ثقافة الرفق بين أطراف الأسرة جميعاً وهم الزوج والزوجة والأولاد ..



لكن كثيراً من الرجال يلجؤون إلى حل مشاكلهم الزوجية عن طريق العنف مع أن الإسلام أكد على الرفق ونهى عن ضرب الزوجات ومعاملتهن بقسوة وصرح أن شرار الأزواج هم الذين يضربون زوجاتهم ..كما ورد في الحديث الشريف

وكثير من الرجال يحاولون أن يسدوا ثغرة ضعفهم في البيت وطريقة إقناعهم عن طريق القوة العضلية .

لذلك كان هناك دراسة اجتماعية تؤكد على سيطرة النساء على الرجال بعد بلوغ الرجل سن / 65 / عاما ولوحظ أن أغلب هؤلاء الرجال كانوا يستعملون عضلاتهم في إقناع زوجاتهم ..

إن الرجل الذي يستعمل عضلاته في منع زوجته من أمر معين هو إنسان ضعيف وعليه أن يعيد ترتيب حياته ويبحث جيداً في طريقة أخرى ليمنع زوجته من أمر معين ولقد قال صلى اللَّه عليه وسلم : ((إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه ...)) .

فإنك إن أردت شيئاً من زوجتك أو أبنائك فإن الطريقة الإسلامية المثلى هي المعاملة برفق .

وقد دلت الدراسات أن الأسر التي تتعامل بالرفق هي أكثر تماسكاً بينما تزداد نسبة الطلاق من الرجال الذين يحاولون أن يحلوا مشاكلهم عن طريق عضلاتهم ..

إن إشاعة ثقافة الرفق أمر مهم في حياة كل مسلم لأن لها فوائد عديدة :

1. تستطيع أن تحصل على ما تريد من زوجتك وأولادك بالرفق.
2. يعلمك الصبر لأن اللَّه أمر بالصبر على الزوجة والاصطبار عليها. " واصطبرعليها "
3. زيادة العلاقة بين أفراد الأسرة وزيادة الترابط الأسري فالكل يعلم أن القلوب حوله لها حنان خاص .
4. لا يخاف الأولاد من بعض التقصير أو الأخطاء فيصارحون الآباء بذلك لعلمه بالرفق والحنان ,

واللَّه ولي التوفيق

إن هذا الرفق والأخذ بلين الجانب في الأسرة لا يخدش رجولة ولا يحط قيمة الرجل بل بالعكس إنه يرفع مكانة الرجل . لكن كثيراً من الرجال يفهمون الرفق فهماً خاطئاً ويظنون أن الرفق في الحياة الزوجية عبارة عن ذل وانكسار وخضوع للمرأة .. فتراه أكثر الناس حواراً ونقاشاً خارج البيت .

وتراه أكثر الناس ضحكاً وابتساماً خارج البيت . وتراه أكثر الناس حركة خارج البيت .

إن من أهم صفات المجتمع المسلم هو أنه مجتمع يحل مشاكله عن طريق التفاهم وهذه صفة ملازمة للمجتمع المسلم فلا يمكن بحال من الأحوال أن تنفك عنه .

و يجب أن تكون ملازمة للأسرة المسلمة لأنها اللبنة الأولى فيه .



المفاتيح السحريــــة لترويـض طفلـك

استغل لحظات لقائك معه:

إن احتــــرام وتقديــــر طفلـــك لذاتـــه يتأثـــر كثيـــرا بنوعيـــة الوقـــت الـــذي تقضيـــه معـــه أكثـــر مـــن حجـــم الوقـــت نفســـه ، وذلـــك بســـبب كثـــرة المشـــاغل فـــي الحيـــاة اليوميـــة ، حيـــث أصبـــح الواحـــد منّـــا يفكـــر فـــي مـــا ســـيفعله فـــي المســـتقبل بـــدل الاصغـــاء لمـــا يقولـــه الطفـــل والســـفر مـــع عائلتـــك واطفالـــك . و دائمـــا مـــا نتظاهـــر بالاســـتماع أو نتجاهـــل أصـــلا محاولـــة تواصـــل الطفـــل معنـــا ، والنتيجـــة .. ســـيبدأ بإســـاءة التصـــرف ، والاســـتقلال الفكري المنحاز بعيدا عن الأبوين.

الأفعال أبلغ من الكلمات:

تقـــول الإحصائيـــات التربويـــة أننـــا نعطـــي أبناءنـــا أكثـــر مـــن ألفـــي أمـــر يوميـــا. فهـــل أصبـــح الأطفـــال أصمـــاء عـــن تعليمـــات الوالديـــن؟! بـــدلا مـــن أن تصـــرخ فـــي وجـــه الطفـــل ، اســـأل نفســـك " مـــا الـــذي علـــي فعلـــه؟"، فمثـــلا لـــو طلبـــت مـــن طفلـــك أن يبســـط جواربـــه قبـــل أن يحضرهـــا للغســـيل

ولـــم يفعـــل !! اغســـل فقـــط الجـــوارب المبســـوطة. الأفعـــال أبلـــغ مـــن الكلمات.

أعط أطفالك الفرص المناسبة ليشعروا بالقوة:

إذا لم تفعل، فسيبحث أبناؤك عن طرق أخرى ليشعروا بقوتهم ونشاطهم وحيويتهم . فمثلا أطلب نصيحتهم، أو اسمح لهم بالاختيار، أو دعهم يساعدوك في المطبخ أو عند التسوق. الطفل في سن الثانية على سبيل المثال يستطيع غسل الصحون البلاستيكية و غسل الفواكه وغيرها. غالبا ما نقوم بهذه الأشياء بمفردنا لنتجنب المشاحنات ، ولكن الأطفال بهذه الطريقة يشعرون بأنهم غير مهمين.

استخدم العواقب الطبيعية:

أسأل نفسك ماذا سيحصل لو لم أتدخل في هذا الموقف؟ نحن إذا تدخلنا في موقف لا يحتاج منّا للتدخل، فسنحرم أطفالنا فرصة التعلم من عواقب تصرفاتهم. وحين نسمح للعواقب أن تأخذ مجراها، فنحن نتجنب المشاحنات التي قد تحدث جراء التوبيخ والتذكير المبالغ فيه. على سبيل المثال: إذا نَسِيت طفلتُك وجبة الغداء، فلا تقم بإحضارها لها ، دعها تبحث عن الحل ، وتتعلم أهمية التذكر.

اجعل عقابك منطقيا:

في كثير من الأحيان تظهر النتائج في المستقبل البعيد. ولذلك لا يمكن استخدام ردة الفعل الطبيعية وتكون ردة الفعل المنطقية أفضل في هذه الحالة، فردة فعلك للطفل يجب أن تتناسب مع فعله حتى تنجح، فمثلا عندما يتأخر الطفل عن الركوب بالسيارة للذهاب للنزهة فعقابه يكون بعدم السماح له بالخروج من المنزل لمدة أسبوع مثلا ، هذه العقوبة ستزيد من استيائه. ولكن عندما تجعل الطفل يدفع ثمن التأخير أو تجعله يقوم بعمل ما بقيمة الغرامة التي تم دفعها ، عندها سيرى الطفل المنطق في العقوبة وسيفهم خطأه.

انسحب من النزاعات:

إذا كان طفلك يحاول اختبار مزاجك، أو يتكلم بغضب أو بطريقة وقحة، من الأفضل لك أن تغادر الغرفة، أو أن تخبره أنك في الغرفة المجاورة إذا أراد إعادة المحاولة، ولكن لا تغادر غاضبا أو مهزوما.

افصل بين الفعل والفاعل:

لا تقل لطفلك أبدا أنه سيء، فهذا سيؤثر على تقديره لذاته، احرص أن تصل لابنك الرسالة الصحيحة، أنك تحبه ولكن تصرفه هو ما يغضبك، حتى يحب الطفل نفسه ويثق بنفسه، يجب أن يشعر أنه محبوب بدون شروط. لا تشجع طفلك للقيام بأمر عن طريق تهديده بعدم محبته. اسأل نفسك دائما هل طريقتي في تهذيب طفلي تنمي من احترامه لذاته؟

كن لطيفا وصارما في نفس الوقت:

لنفترض مثلا أنك أخبرت طفلتك ذات الخمس سنوات أنها إن لم ترتدي ملابسها خلال الوقت المحدد فإنك ستحملها إلى السيارة، وذلك لأنك قد أخبرتها سابقا أن ترتدي ملابسها إما في السيارة أو في المدرسة، فإذا انتهى الوقت ولم تنتهي بعد، نفذ ما قلته لها، ولكن احملها بلطف، وإذا شككت في تصرفك، اسأل نفسك هل شجعتها بحب أم بتخويف.

مارس التربية مع وجود الغاية:

معظم الآباء يفكر بعقلية محاولة السيطرة على الأمور بأسرع صورة ممكنة، نبحث دائما عن الحل الأسرع والأسهل، الأمر الذي يؤثر على الأطفال لشعورهم بالانهزام. ولكن لو فكرنا في المستقبل وفي ما نريد أن يغدو إليه أبنائنا في المستقبل، سنتصرف بطريقة مغايرة، فضرب الطفل مثلا قد يحوله لشخص عدواني عندما يكبر.

أثبت على كلمتك:

لو أنك مثلا قلت لطفلك إنك لن تسمح له بشراء الحلوى، فلا تسمح له حتى لو صرخ وبكى وتوسل، وهذا سيجعله يحترمك أكثر، لأنك تعني ما تقول.

• أنتهى ولكم كامل احترامي .



7 أساليب تربوية تُجنب طفلكْ العصبية

أولا: التعبير: نعلمه كيف يتحدث عن مشاعره السلبية فلو لم يعجبه شيء لا يصرخ او يغضب او ينسحب من المكان او يزعل او يأكل أظافره او يمزق ثيابه او غيرها من التصرفات السلبية وانما نعلمه وندربه على الكلام فنقول له تكلم وعبر عما في نفسك.

ثانيا: المدح: نمدحه عندما يعبر عن مشاعره السلبية والغاضبة من خلال الكلام ونساعده ان يقول أنا متضايق او أنا متوتر او أنا زعلان او هذا لا يعجبني او لا أريد هذا نشجعه على هذه التعبيرات بدل السكوت او الغضب.

ثالثا: اهمال الغضب: لو غضب وصرخ ففي هذه الحالة ينبغي ألا نجعل من غضبه سببا لاهتمامنا لأن هذا سيعزز سلوك الغضب عنده وانما نأتي اليه ونقول له نحن نهتم بك ليس لأنك غضبت وانما لأن الموضوع الذي سنتكلم فيه مهم وهكذا نصرف نظره للحوار بدل الغضب.

رابعا: الحزم: لو استمر في نوبات الغضب والعصبية لابد ان نعامله بحزم مع المحافظة على هدوئنا ونحن نتحدث معه لأننا لو قلنا له ونحن في حالة غضب لا تغضب فلا فائدة من التوجيه بل نحن في هذه الحالة نعزز عنده الغضب لأننا نحن قدوة له.

خامسا: لا نعاقبه: في حالة لو استمر بالغضب فلا نعاقبه لأنه غضب وخالف أمرنا وانما نكرر عليه التوجيه مرة أخرى بعد اعطائه فرصة للتعبير عن غضبه ونشرح له كيف يعبر عن مشاعره بطرق كثيرة ومنها الحوار والكلام ونساعده على التعبير وشرح ما في نفسه من أفكار ومشاعر مع ترديد عبارات الحب له.

سادسا: لعبة الحلم: نحاول ان نلعب مع أبنائنا (لعبة الحلم) ونشرح لهم ما معنى الانسان الحليم وهو عكس الغضوب واللعبة هي اننا نعطي نجمة لكل طفل كان حليما في مواقف تستحق الغضب ونعطي نجمتين لكل طفل كان في حالة غضب ولكنه عبر عن مشاعر الغضب بالكلام ولم يصمت او ينسحب وهكذا من خلال اللعبة نربيهم على كيفية التعبير عن المشاعر الغاضبة بدل العصبية والغضب.

سابعاً: ونؤكد لهم على مفهوم ان من يملك نفسه هو الملك «فليس الشديد بالصرعة» كما أخبر النبي الكريم صلى اللّٰه عليه وسلم «إنما الشديد هو من يملك نفسه عند الغضب» فنركز على هذا المعنى لديهم ونعلمهم ان أول جريمة حصلت في التاريخ هي قتل قابيل لهابيل وكانت بسبب الخطأ في التعبير عن الغضب فقتل أخاه ثم ندم وكما قيل «الغضب أوله جنون وآخره ندم»، ونعلمهم كيف يضبطون غضبهم بالاستعاذة من الشيطان والوضوء وتغيير الجلسة أو المكان.



نُقدِّم لكم في هذا القسم بعض النصائح والأفكار التي تعينكم على إدارة المنزل بشكل إيجابي لنرتقي بمنزل مسلم خالٍ من المشاكل



لمقاومة العطش في رمضان

كثيرٌ ما يواجهنا مشكلة العطش الشديد في رمضان ، ويحدث ذلك بسبب عوامل عديدة منها التواجد في أماكن مرتفعة الحرارة، أو بذل مجهود زائد أو عدم تناول كميات كبيرة من السوائل في الفترة التي تقع بين الإفطار والسحور.

وحتى لا تتعرضين لهذه المشكلة بشكل متكرر في رمضان، فإننا سنعطيك فيما يلي أشهر الطرق للتغلب على الشعور بالعطش في رمضان ومن ثم لا يتأثر نشاطك وتركيزك خلال الصوم.

السر في تجنب العطش طوال فترة الصوم، هو تخزين كمية كافية من المرطبات داخل الجسم. ولكي يتم ذلك عليك مراعاة النصائح التالية:

١- تجنبي الإكثار من تناول المخللات والبهارات الحارة والأطعمة المالحة، حيث أنها تزيد من الإحساس بالعطش لاحتوائها على الصوديوم.

٢- تناولي كوبا من عصير الليمون أو النعناع أو شاي الأعشاب في السحور.

٣- احرصي على الجلوس في أماكن باردة ومكيفّة حيث أنها تساعد الجسم على الاحتفاظ بالمرطبات الموجودة به لأطول فترة ممكنة.

٤- قللي من كمية الحلويات التي تتناولينها، خاصة في فترة السحور. فبقدر الطاقة التي تمدها الحلويات للجسم، يُزيد تناولها بكميات مفرطة من الشعور بالعطش.

٥- عصير البطيخ من أكثر المشروبات التي يُرشح تناولها في رمضان، حيث أنه يحتوي على ما لا يقل عن ٩١٪ من الماء فيمنح الجسم الترطيب العميق.

٦- يفضل الحد من تناول المشروبات المنبهة والتي تحتوي على الكافيين كالقهوة والشاي، وخاصة على وجبة السحور. فإنها تعمل على إدرار البول مما يزيد من حاجة الجسم للماء.

٧- ننصحك بتناول ثمرة من الموز أو التمر أو المشمش المجفف في السحور، فإن هذه الأطعمة غنية بالبوتاسيوم الذي يمنع الشعور بالعطش في أثناء الصيام.

٨- الطماطم من الخضروات المرطبة للجسم بشكل رائع فينصح إضافتها لطبق السلطة ضمن قائمة إفطار رمضان أو تناول كوب من عصير الطماطم مع السحور.

٩- لا مانع من تناول الخيار والتفاح والشمام والفواكه الأخرى الغنية بنسبة كبيرة من الماء، حيث أنها تحافظ على رطوبة الجسم لأطول فترة ممكنة.

١٠- تناول كوب من الزبادي أو اللبن الرائب في الإفطار والسحور يساعدك على الهضم ويمد الجسم بطاقة إيجابية تجعلك أكثر نشاطاً وقدرة على مقاومة الجوع والعطش في رمضان. لذا لا تتغافلي عنهما.

ماذا تحتسبينْ عند استخدامك هاتفكِ المحمول ؟

دعيني أخيتي أن انقل لك هذه الأمور لتكون عونا لك في مرضاة ربك وزيادة حسناتك ..
لتحتسبي وأنت تستخدمين هاتفكِ الأمور الآتية :
-1 اجعليه ثواب صلة الرحم عند محادثتك لذوي رحمك " من سره أن يبسط له في رزقه وينسأ له في أثره فليصل رحمه "
-2 احتسبي ثواب إدخال السرور على من تحادثين عند اتصالك للسلام والسؤال عن الأحوال .
-3 احتسبي عند استخدامه ثواب الكلمة الطيبة في مكالمة أو رسالة التهنئة أو التعزية وغيرها
" الكلمة الطيبة صدقة "
-4 احتسبي نية العبادة والتقرب إلى اللّه عند استخدامك له بما يفيد ..
-5 احتسبي الحفاظ على وقتك باستعمال الهاتف لعمل أكثر من عباده في وقت صغير مثل مكالمة أمك هي بر وصله وكلمة طيبة وأجر السلام وقضاء حاجة لها ....

-6 احتسبي عند استخدامك له أجر قضاء حوائج المسلمين عندما يتطلب منك بعض الحاجيات أو المساعدة في حل مشكلة ما " من كان في حاجة أخيه كان اللّه في حاجته "
-7 احتسبي أجر طلب العلم الشرعي بسؤال أهل العلم وتصفح بعض القنوات النافعة المفيدة
-8 احتسبي ثواب طلب النصيحة من أهلها وبذلها لمن يحتاج إليها .
-9 احتسبي عند استخدامك له أن يساعدك ذلك على القرار في البيت فذلك أمر يحبه اللّه " وقرن في بيوتكن "
-10 ثواب الدعوة إلى الهدى عند ارسالك لمقطع نافع لِجهات اتصالك أو من تعرفينهم من أخواتك وصديقاتك
-11 لطف منك ان تستخدميه في إصلاح بين الناس وهذا لمن وفقهن اللّه لذلك بعكس اللواتي يجدن في استخدامه أثمن فرصة لتأجيج نار العداوة .. فتلك تفسد زوجة على زوجها وأخرى تحرض زوجة على أم زوجها .. وننسين أن كلمة تهوى بصاحبها في جهنم سبعين خريفا .

١- أجرُ الصيام عظيمٌ لا يعلمه إلا اللّه:
عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي اللّه عنه، عَنِ النَّبِيِّ صلى اللّه عليه وسلم قَالَ: "كُلُّ عَمَلِ ابْنِ آدَمَ لَهُ إِلَّا الصَّوْمَ، فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أَجْزِي بِهِ، وَلَخُلُوفُ فَمِ الصَّائِمِ أَطْيَبُ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ رِيحِ المِسْكِ" [البخاري].

٢- صيام يوم يُبعد عن النار سبعين خريفاً، فكيف برمضان؟!
قال رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم: "مَنْ صَامَ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ، بَاعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ خَرِيفًا" [البخاري ومسلم].

٣- الصيام يشفع لصاحبه:
عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا -، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلى اللّه عليه وسلم قَالَ: "الصِّيَامُ وَالْقُرْآنُ يَشْفَعَانِ لِلْعَبْدِ، يَقُولُ الصِّيَامُ: رَبِّ إِنِّي مَنَعْتُهُ الطَّعَامَ وَالشَّهَوَاتِ بِالنَّهَارِ فَشَفِّعْنِي فِيهِ، وَيَقُولُ الْقُرْآنُ: مَنَعْتُهُ النَّوْمَ بِاللَّيْلِ فَيُشَفَّعَانِ" [أحمد، والحاكم، وقال الشيخ أحمد شاكر: إسناده صحيح].

٤- باب الريان لا يدخله إلا الصائمون:
عَنْ سَهْلٍ رضي اللّه عنه، عَنِ النَّبِيِّ صلى اللّه عليه وسلم، قَالَ: "إِنَّ فِي الجَنَّةِ بَابًا يُقَالُ لَهُ الرَّيَّانُ، يَدْخُلُ مِنْهُ الصَّائِمُونَ يَوْمَ القِيَامَةِ، لاَ يَدْخُلُ مِنْهُ أَحَدٌ غَيْرُهُمْ، يُقَالُ: أَيْنَ الصَّائِمُونَ؟ فَيَقُومُونَ لاَ يَدْخُلُ مِنْهُ أَحَدٌ غَيْرُهُمْ، فَإِذَا دَخَلُوا أُغْلِقَ فَلَمْ يَدْخُلْ مِنْهُ أَحَدٌ" [البخاري ومسلم].

٥- صيام رمضان يغفر ما تقدم من الذنوب:
عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي اللّه عنه، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلى اللّه عليه وسلم كَانَ يَقُولُ: "الصَّلَوَاتُ الْخَمْسُ، وَالْجُمْعَةُ إِلَى الْجُمْعَةِ، وَرَمَضَانُ إِلَى رَمَضَانَ، مُكَفِّرَاتٌ مَا بَيْنَهُنَّ إِذَا اجْتَنَبَ الْكَبَائِرَ" [مسلم]، وقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى اللّه عليه وسلم: "مَنْ صَامَ رَمَضَانَ، إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا، غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ" [البخاري ومسلم].

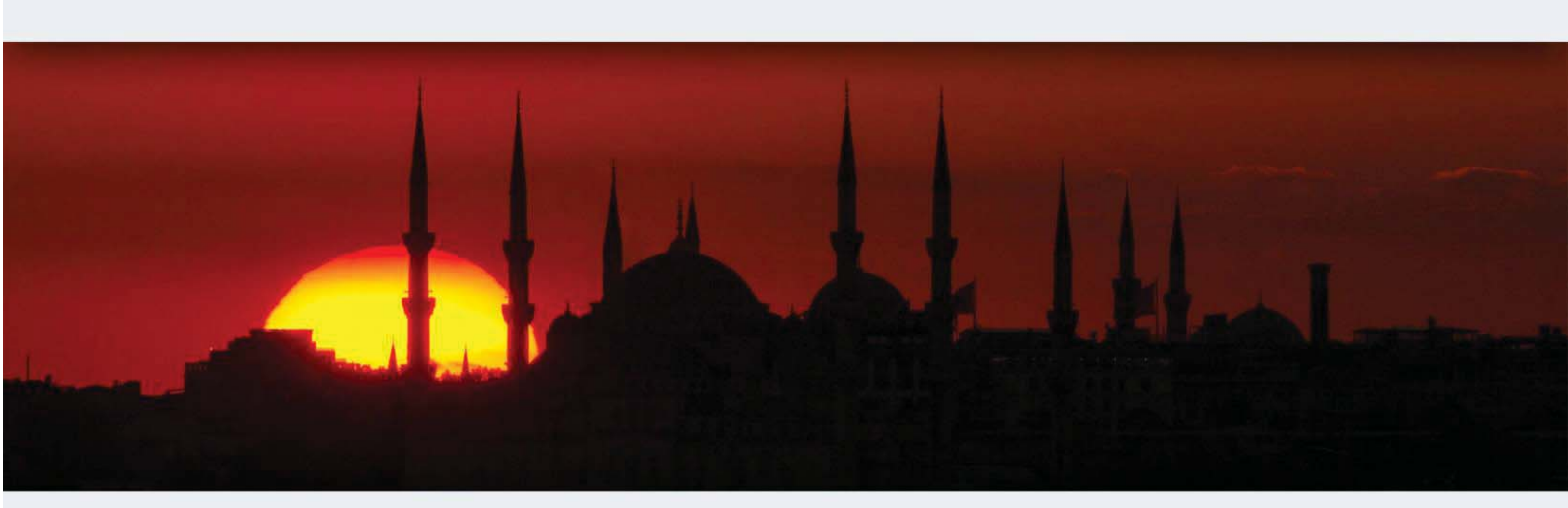
٦- في رمضان تفتح أبواب الجنة وتغلق أبواب النيران:
قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى اللّه عليه وسلم: "إِذَا دَخَلَ رَمَضَانُ فُتِّحَتْ أَبْوَابُ الجَنَّةِ، وَغُلِّقَتْ أَبْوَابُ جَهَنَّمَ وَسُلْسِلَتِ الشَّيَاطِينُ" [صحيح].

٧- دعاء الصائم مستجاب:
قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى اللّه عليه وسلم: "إِنَّ لِلصَّائِمِ عِنْدَ فِطْرِهِ لَدَعْوَةً مَا تُرَدُّ" [سنن ابن ماجة والمعجم الكبير للطبراني].

٨- صلاة اللّه وملائكته على المتسحِّرين:
عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رضي اللّه عنه، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى اللّه عليه وسلم: "السَّحُورُ أَكْلُهُ بَرَكَةٌ، فَلَا تَدَعُوهُ، وَلَوْ أَنْ يَجْرَعَ أَحَدُكُمْ جُرْعَةً مِنْ مَاءٍ، فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى الْمُتَسَحِّرِينَ" [مسند أحمد].

٩- السُقيا يوم القيامة:
عَنْ أَبِي بُرْدَةَ، أَنَّ أَبَا مُوسَى، كَانَ فِي سَفِينَةٍ فِي الْبَحْرِ مَرْفُوعٌ شِرَاعُهَا، فَإِذَا رَجُلٌ يَقُولُ: "يَا أَهْلَ السَّفِينَةِ، قِفُوا" - سَبْعَ مَرَّاتٍ - قُلْتُ: أَلَا تَرَى عَلَى أَيِّ حَالٍ نَحْنُ؟ فَقَالَ فِي السَّابِعَةِ: "قِفُوا أُخْبِرُكُمْ بِقَضَاءٍ قَضَاهُ اللَّهُ عَلَى نَفْسِهِ، إِنَّ اللَّهَ قَضَى عَلَى نَفْسِهِ، أَنَّهُ مَنْ عَطَّشَ نَفْسَهُ فِي يَوْمٍ حَارٍّ مِنْ أَيَّامِ الدُّنْيَا شَدِيدِ الْحَرِّ كَانَ حَقِيقًا عَلَى اللَّهِ أَنْ يَرْوِيَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ"، قَالَ: فَكَانَ أَبُو مُوسَى الْأَشْعَرِيُّ يَتَتَبَّعُ الْيَوْمَ الْمَعْمَعَانِيَّ الشَّدِيدَ الْحَرِّ فَيَصُومُهُ" [الزهد لابن المبارك].

١٠- حُسن الخاتمة:
عَنْ حُذَيْفَةَ قَالَ: أَسْنَدْتُ النَّبِيَّ صلى اللّه عليه وسلم إِلَى صَدْرِي فَقَالَ: "...، وَمَنْ صَامَ يَوْمًا ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللَّهِ خُتِمَ لَهُ بِهَا دَخَلَ الْجَنَّةَ، وَمَنْ تَصَدَّقَ بِصَدَقَةٍ ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللَّهِ خُتِمَ لَهُ بِهَا دَخَلَ الْجَنَّةَ" [مسند أحمد].



نوايا الصيام



يحتوي على طرائف وفوائد وقصص وأشياء جميلة منوعة



سلسلة
صحابيات مجاهدات
القصة الثانية: أسماء بنت يزيد

الصحابية الجَليّلة أسماء بنت يّزيد بن السَّكنِ الأنصارية إنها الخَطِيّبة المفوهة ، وافدةَ النساء لرسولِ اللّه وأولُ معتدة في الإسلام أسلمت أسماءَ على يد مصعب الخير أو مصعب بن عمير، كما ذكر ابن سعد صاحب الطبقات عن عمرو بن قتادة رضي اللّه عنه قال: أول من بايع النبي صلى اللّه عليه وسلم أم سعد بن معاذ كبشة بنت رافع، وأسماء بنت يزيد ابن السكن، وحواء بنت يزيد بن السكن. وكانت أسماء رضوان اللّه عليها تعتز بهذا السبق إلى المبايعة فتقول: (أنا أول من بايع رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم)

اشتهرت أسماء بفصاحتها وسميت بـ"خطيبة النساء " كما يروي المؤرخ ابن الأثير في كتابه "أسد الغابة "، أتت أسماء النبي صلى اللّه عليه وسلم، وهو بين أصحابه فقالت: بأبي وأمي أنت يا رسول اللّه، أنا وافدة النساء إليك، إن اللّه بعثك إلى الرجال والنساء كافة فآمنا بك. وإنّا معشر النساء محصوراتٌ مقصوراتٌ قواعدُ بيوتكم ومَقضى شهواتكم وحاملات أولادكم، وإنكم معشر الرجال فُضِّلتم علينا بالجُمَع والجماعات وعيادة المرضى وشهود الجنائز والحج بعد الحج، وأفضل من ذلك الجهاد في سبيل اللّه،

وإنّ الرجل إذا خرج حاجّاً أو معتمراً أو مجاهداً حفظنا لكم أموالكم وغزلنا أثوابكم وربينا لكم أولادكم. أفما نشاركم في هذا الأجر والخير؟.. فالتفت النبي صلى اللَّه عليه وسلم إلى أصحابه بوجهه كلِّه ثم قال: (هل سمعتم مقالة امرأة قَط أحسن من مساءلتها في أمر دينها من هذه؟) فقالوا: يا رسول اللَّه، ما ظننا أن امرأة تهتدي إلى مثل هذا. فالتفت النبي صلى اللَّه عليه وسلم إليها فقال: (افهمي، أيتها المرأة، وأَعْلِمي مَن خلفك من النساء أنّ حُسْنَ تبعُّل المرأة لزوجها وطلَبها مرضاته واتباعَها موافقَته يَعْدِل ذلك كلّه). فانصرفت المرأة وهي تهلّل ...

نشأت أسماء في أسرة عُرف أفرادها بالتضحية والجهاد.. أبوها هو "يزيد بن السكن بن رافع الأنصاري" الذي استُشهد يوم أحد، وفي تلك المعركة أثخنت الجراح زياد بن السكن عم أسماء، فقال الرسول صلى اللَّه عليه وسلم: أدنوه مني.. فوسده قدمه فمات شهيداً وخدّه على قدم رسول اللَّه صلى اللَّه عليه وسلم، كما استُشهد في المعركة ذاتها أخوها عامر بن يزيد بن السكن الذي جعل جسده تُرساً يدافع به عن رسول اللَّه صلى اللَّه عليه وسلم؛ فنال الشهادة في سبيل اللَّه. ومن عجيب إيمانها وصبرها أنه لما بلغها استشهادهم خرجت تنظر إلى سلامة رسول اللَّه صلى اللَّه عليه وسلم وهو قادم من أحد... وعندما رأته سالماً قالت:كل مصيبة بعدك جلل (أي هينة)..

جهادها :

كما شهدتْ أسماء غزوة الخندق وغزوة خيبر، وخرجت مع النبي صلى اللَّه عليه وسلم في غزوة الحديبية، وبايعت بيعة الرضوان. وفي السنة الثالثة عشرة للهجرة خرجت رضي اللَّه عنها إلى بلاد الشام حيث شاركت في معركة اليرموك في الشام، وكانت تشارك مع النساء بسِقاية الجرحى وتضميدهم، وفي ضرب مَن يَفِرّ من المعركة من جنود الإسلام، ومن قصص شجاعتها أنها اقتلعت عمود الخيمة وراحت تضرب به رؤوس الروم حتى قتلت يومها تسعة من جنودهم.

روت فيما يذكر 81 حديثا، وروى عن أسماء ثلة من أجلاّء التابعين، كما روى أصحاب السنن الأربعة:أبو داود والنسائي والترمذي وابن ماجه، والبخاري في الأدب المفرد.

وفي أسماء نزلت آية حكم عِدّة المطلقات. فقد أخرج أبو داود والبيهقي في سننه عن أسماء بنت يزيد قالت:طُلقت على عهد رسول اللَّه صلى اللَّه عليه وسلم، ولم يكن للمطلقة عدة، فنزل قول اللَّه تعالى: [والمطلقات يتربصن بأنفسهنّ ثلاثة قروء] [البقرة: 228]،

كانت أسماء أوّل معتدّة في الإسلام رضيّ اللَّه عن الصحابية الجليلة "أسماء بنت يزيد



رسالة إلى كل أم أختـــي الأم

* أحرصـي أختـي علـى مراقبـة أبنـاؤك وحاولـي أن تسـتعيدي تقويمهم بما يرضي اللّه سبحانه وتعالى .

* أغرسـي فيهـم حـب اللّه تعالـى والخـوف منـه ومـن عذابـه وعرفيهـم بعقيدتنـا الإسـلامية وأن أقـل تهـاون نحاسـب عليـه كمـا روى البخـاري فـي صحيحـة والإمـام أحمـد فـي مسـنده عـن أبـي سـعيد الخـذري رضي اللّه عنـه أنـه قـال : " أنكـم لتعملـون أعمـالاً هـي أدق فـي نظركـم مـن الشـعر كنـا نعدهـا علـى عهـد رسـول اللّه صلـى اللّه عليـه وسـلم من الموبقات .

*الموبقات أي المهلكات

* ألزمـي بناتـك الحجـاب الشـرعي فإننـا مأمـورون مـن اللّه تبارك وتعالـى بذلـك , قـال تعالـى : (يـا أَيُّهَـا النَّبِـيُّ قُـل لِّأَزْوَاجِـكَ وَبَنَاتِـكَ وَنِسَـاءِ الْمُؤْمِنِيـنَ يُدْنِيـنَ عَلَيْهِـنَّ مِـن جَلَابِيبِهِـنَّ ذَٰلِـكَ أَدْنَـىٰ أَن يُعْرَفْـنَ فَـلَا يُؤْذَيْـنَ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا) (الأحزاب : ٥٩)

* لا تجعلـي بناتـك يكثـرن الخـروج إلـى الأماكـن العامـة وإن خرجـن لابـد أن لا يكـن وحدهـن أو يكـون معهـن محـرم لهـن يحافظ عليهن, يقول اللّه تعالى في كتابه العزيز :

(وَقَـرْنَ فِـي بُيُوتِكُـنَّ وَلَا تَبَرَّجْـنَ تَبَـرُّجَ الْجَاهِلِيَّـةِ الْأُولَـىٰ وَأَقِمْـنَ الصَّـلَاةَ وَآتِيـنَ الزَّكَاةَ وَأَطِعْـنَ اللَّهَ وَرَسُـولَهُ إِنَّمَـا يُرِيـدُ اللَّهُ لِيُذْهِـبَ عَنكُـمُ الرِّجْـسَ أَهْـلَ الْبَيْـتِ وَيُطَهِّرَكُـمْ تَطْهِيرًا)(الأحزاب : ٣٣)

لا تنسـي أختـي الأم الأسـواق ومـا يحـدث فيهـا ففـي صحيـح مسـلم عـن أبـي هريـرة رضـي اللّه عنـه قـال : قـال رسـول اللّه صلـى اللّه عليـه وسـلم : (أحـب البلاد إلى اللّه مساجدها وأبغض البلاد إلى اللّه الأسواق.

* لا تنسـي أختـي الأم أن تنبهـي ابنتـك علـى عـدم التطيب عنـد خروجهـا مـن المنـزل وأن تخفـض صوتهـا وأن تمشـي مشـية ليـس فيهـا تغنـج وعـدم مزاحمـة الرجـال فـي الأسـواق وذلـك لتجنـب الفتنـة وصـدق رسـولنا الكريـم بقوله : " المرأة عورة إذا خرجت استشرفها الشيطان

* أختـي الأم الانترنـت سـلاح ذو حديـن كونـي مـع ابنـاؤك دومـاً حتـى تتعرفـي علـى المواقـع التـي يدخلونهـا وعرفيهـم أن الإنترنـت بحـر ليـس لـه نهايـة وأن عليهـم أن يأخـذوا منـه مـا ينفعهـم فـي دنياهـم وآخرتهـم فعـن ثوبـان رضـي اللّه عنـه قـال: قـال صلـى اللّه عليـه وسـلم : "لأعلمـن أقـوام مـن أمتـي يأتـون يـوم القيامـة بأعمـال أمثـال جبـال تهامـة بيضـاء فيجعلهـا اللّه هبـاء منثـورا ,قلـت :يـا رسـول اللّه صفهـم لنـا ,جلهـم لنـا, لا نكـون منهـم ونحـن لا نعلـم قـال :أمـا إنهـم إخوانكـم , ومـن جلدتكـم , ويأخـذون مـن الليـل كمـا تأخـذون ولكنهـم إذا خلوا بمحارم اللّه انتهكوها " .صحيح الجامع

وأخيـراً أخواتـي الأمهـات أوصـي نفسـي وأوصيكـن بتقـوى اللّه والحـرص علـى طاعـة اللّه تعالـى فـي السـر والعلـن وادعـو اللّه الحـي القيـوم أن يجنبنـا الفتـن مـا ظهـر منهـا وما بطن.



إليكِ يا حارسة القلعة

لا تقللـــي مـــن قـــدركِ ...

و لا يغرَّنــك مــا يقولــون عنــك , و لا يشــغلنك اختصامهــم فيــك ,فتنشغلي بمدافعتهم عن المرابطة ....

إنمــا التفتــوا إليــك لمَّــا علمــوا عظيــم منزلتــك و خطــورة دورك ,فأنت الرفيقة الهادية كنجمات الشمال في اختلاط التيه ,

و بك ... تبدأ الحياة , كل حياة ...

و بهمــس صوتــك تُصــاغ الحكايــا , كل الحكايــا ,و برعايتــك و حدبــك و سهر أحداقك و أنينك

و بحنيــن قلبــك و تحنــان عطفــك تتفتــح رؤى العيــون لتلامــس في محياك الباسم ملامح الحياة ,

و مــن شــفتيك تبــدأ مــدارك العقــل و الفهــم تتلمــس فــي عتمــة الكون بصيصاً من نور الحقيقة ,

و فــي أحــداق عيونــك ترتســم الأحــلام ,وعلــى كواهــل كــدك تنعقد الآمال الكبار ,

صغيــــــــــــــــــرة ,

تــدق بيديهــا الوادعتيــن بابــك لتحبــو علــى أعتابــك ,كــي تتحــس وجلةً مدارج المسعى ,

و تبدأ الخطــوات , صغيــرة متقاربــة , تخطــو و تكبــو , تمشــي و تقع , تضيق و تتسع ,

ثــم , إذا أخــرج الــزرع شــطأه و اســتوى علــى ســوقه عــاد إليــكِ .... يسألك المباركة ...

و علــى هــدي قلبــك يرتســم أمــام ســعيه الصــراط ... فــإذا أعجبك زرعك ... و انتظم في عقد الصفوف ...

فمــن ذا الــذي يفتــح بوابــات القلعــة للضاربيــن فــي الأرض غيــرك , و مــن الــذي ســتمر مــن بيــن يديــه صفــوف المجاهديــن فــي سبيل اللّه سواك ,

و إن لــم تأخــذي أنــتِ علــى الجنــود العهــد بحمــل الأمانــة فمــن الذي سيغرسها في قلوبهم من بعدك ؟

و مــن ســيُحْكِم ربــط قلائــد العهــد فــي أعناقهــم الأبيّــة إن أنــتِ غفلتِ ؟

و مــن الــذي سيســتقبل العائديــن بالنصــر ويكللهــم بالزهــر والغــار والياسمين , من ...؟

فلا تأخذنك سِنةٌ من سُباتِ الغفلة ....

فالأمــر جلــل ... و المهمــة عظيمــة .... و الرســالة شــاقة .... و الــدرب طويلة .... بكى فيها الأنبياء ...

و أريقت على نواتئ أحجارها زواكي الدماء ...

و امتُحِنَ فيها أولي الصبر و العزائم حتى قالوا متى نصر اللّه ...

و ابتُلِي فيها المؤمنون الصادقون

فمــا بدّلــوا فــي البيعــة و لا داهنــوا فــي الحــق و لا نكصــوا عــن الصراط ....

فمــن ســيعيد الــى ذاكــرة الأيــام أمثالهــم إن أنــتِ نكصــتِ ؟و مــن سيصمد إن أنت ضعفت ؟

و مــن ســيصدق الوعــد إن أنــت بعــتِ ؟ و مــن ســيرابط دون أبــواب الحصن إن أنت غفلتِ ؟؟؟

فــإن هنــتِ أنــت فمــن سيعــز ؟و إن ضيَّعْــتِ أنــتِ فمــن ســيحفظ ؟وإن اضطربت في الأرض منك الجذور

فــأي ثبــات يبقــى للفــروع و الأغصــان , و مــن الــذي ســينغرس راســخاً فــي يقينــه الحــق أصلــه ثابــت وفرعــه فــي الســماء , مــن ســيفعل إن أنت هَويتِ ..؟؟؟

فــلا تهوّنــي مــن شــأنك .... فمــن قوتــك يســتمدون ثباتهــم ... و مــن يقينــك يســتمدون الرســوخ ... و مــن نضالــكِ يبــدأ النضــال ... و بكــدِّ أياديــكِ تخضــرُ المُــروج و تثمــر فــي مواســمها الثمــار ... و مــن بهــاءكِ تتفتــح فــي القلــوب الأزهــار .... و لنــور عينيــك تتــلألأ فــي عتمة الليل النجوم و الأقمار ...

و لبهجــة حضــوركِ تغنــي فــي رَوْحَــةِ الصبــح العصافيــر .... و مــن نبض إيمانكِ تتعلم الإخباتَ قلوبُ المُسبِّحِين في الأسحار ....

فلا تهوني من شأنك ....

و لا تقعــدن همتــكِ عــن بلــوغ الغايــة ... و لا تغفِلِــنّ لســاعةٍ ... فيضيع منك إحكام الحراسة ...

و يتســلل المدلســينُ العابثيــن المثبطيــن مــن تحــت يديــكِ .. فلــو ضيّعتِ ضعتِ ...

و لو ضعتِ فأنَّى لنا أن نُفلح بعدك ؟؟؟

أنَّى لنا ؟؟؟!!!!



وصفات بقشر البــرتقال

(أتحداكِ) أن ترمي قشور البرتقال بعد اليوم ..

هــل تخيلتــي يومــاً ســيدتي أنــكِ تســتطيعين الحصــول علــى أروع الوصفــات التجميليــة عــنْ طريــق قشــور البرتقــال التــي ترمينهــا ولا تعلميــن مــا بهــا من فوائد ؟

هيا إذنْ إلى الوصفةِ الأولى :- (زيت البرتقال)

بقشــر البرتقــال قومــي بصُنــع " زيــت" يُفتــح البشــرة ويُزيــلْ تصبغــاتٍ وبقــع البشــرة وحــبْ الشباب ويّزيلْ التجاعيد ويُنشط الكولاجينْ

قومــي ببشــرِ قشــرةَ برتقالــة (بالمَبشــرة) أو قطعيهــا برفــق شــديد للحفــاظِ علــى الزيــت الموجــود بالقشــرة (نأخــذ مقــدارَ ملعقتــيّ طعــام) مــن القشــور ويتــم وضعهــا (ببرطمــان) نظيــف ويوضــع فوقــه ١٠ ملاعــق مــن زيــت الطعــام (أي نــوع زيــت طعــام متوفــر بمطبخــك ضعيــه عــدا زيــتْ الزيتــون) رُجــي البرطمــان جيــداً ثــمْ لفيــه بــورق ألمونيــوم أو كيــس بلاســتيكي أســود اللــون (لابــد أن يكــون داكــنْ اللــون) أو جوربــاً أســوداً وضعــي البرطمــان بــأي مــكان مظلــم واحرصــي علــى رَجــهِ يوميــاً لمــدةِ أُســبوع ثــم قومــي بتصفيــة الزيــتْ بعــد مــرور أســبوع بزجاجــة نظيفة وداكنة اللون وبواسطة (شاش) طبي

وقبــلَ النــوم خــذي قطنــة نظيفــة مبللــة ببعــض قطــرات مــن زيــت البرتقــال ومرريهــا علــى وجهــكِ ابتــداءاً مــن رقبتــكْ واغســلي وجهــكِ عنــد الاســتيقاظ وانظــري لوجهــك الخالــي مــن أيــةِ عيــوب إن شــاء اللّه ، هــذهِ الوصفــة صالحــة الاســتخدام للحوامــل والمرضعــاتْ وحتــى الرجــال والفتيــات الصغيــرات ، وصالحــة للبشــرة العاديــة والدهنيــة والجافــة أمــا أصحــاب البشــرة الحساســة فعليهــم أختبــار هــذا الزيــت علــى بشــرة الوجــه أولاً (وليــس علــى اليــد) لأن بشــرة الوجــه تختلــف عــن بشــرة اليــد والجســمْ، وإن شــعرتِ بحكــة وحرقــان بوجهــك - أغســليه فــوراً فــوراً بالمــاء الدافــئ ولا تضعيــهِ مــرةً أخرى ...

- ملحوظــة هامــة :- لا تضعــي مــن هــذا الزيــت نهــاراً ولا تتعرضــي للشــمس وهــو علــى وجهــكْ لأن هــذا يأتــي بنتائــج عكســية ، الاســتخدام يكــون ليــلاً قبل النوم
- هذا الزيت صالح الاستخدام لمدة ثلاثةَ أشهر

وانتظرونــا فــي المزيــد مــن الوصفــات المُعــدة بقشــور البرتقــال وزيــت البرتقــال بالأعــداد القادمــة بإذن اللّه تعالى ...





في زمن كثرت فيه الكاسيات العاريات، وكثرت فيه المهملات المضيعات، كان لزاماً منا أن نقدم لكم منهاج حياة المرأة في الإسلام..



@KhaierOmmahWomen2





خير أمـة

" شقائـق الرجال "